



## Vragenlijst Hei-sessie:

Wie ben je?

1. Welke nationaliteit heb je? Waar ben je geboren?
2. Twee personen die jou gevormd hebben?
3. Twee gebeurtenissen die jou gevormd hebben?
4. Je twee beste karaktereigenschappen?
5. Je twee slechtste karaktereigenschappen?
6. Twee complimenten die je vaak krijgt?
7. Een opmerking die jou gekwetst heeft?
8. Wat is een teken van zelfstandigheid?  
Voel je je zelfstandig?
9. Iets belangrijks wat bij jou de laatste twee jaar is veranderd?
10. Waarmee houdt je je (te veel bezig?) (te weinig bezig?)
11. Twee bezigheden die je zinloos vindt, maar toch altijd doet:
12. Twee dingen waar je spijt van hebt:
13. Twee dingen waar je trots op bent:
14. Geef onderstaande grafiek aan hoe je relatie met je nauwste verwanten is:

Wie	Relatie goed, matig, slecht

### Karakter

1. Ben je een optimist of pessimist?
2. Hoe trouw, betrouwbaar en moedig vind je jezelf?
3. Drie dingen die je graag zou kunnen?
4. Welke eigenschappen komen je nu het best van pas? Uithoudingsvermogen?  
Moed? fantasie? Of Rust?
5. Wat is je roeping?
6. In gesprekken ben jij eerder degene die praat of degene die luistert?
7. Hoe denk je dat je op anderen overkomt?
8. Hoe zou je op anderen willen overkomen?
9. Beschouw je jezelf als een sterk persoon en hoe uit zich dit?
10. Wat vinden familieleden van je?
11. Wat is jouw rol in je familie?
12. Ben je blij met die rol?
13. Ben jij belerend?
14. Sta je open voor kritiek? Vraag je feedback?
15. Wat is jouw passie en waar komt dat vandaan?
16. Ben je gelukkig met jezelf?

Tot Slot:

Waar wil jij over een jaar zijn?

Als je niet hoefde te werken voor je geld, wat zou je dan doen?

Welke beren zie jij op jouw weg? En hoe zou je deze kunnen bestrijden?

Wat voor cijfer geef jij je leven?

	Ontevreden (geef een cijfer tussen de 0 en 5)	Tevreden (geef een cijfer tussen 6 en 10)
<b>Gezin</b>		
<b>Financiën</b>		
<b>Vrije tijdsbesteding</b>		
<b>Relatie</b>		
<b>Gezondheid</b>		
<b>Werk</b>		
<b>Familie</b>		

*Succes!*

*Let wel dit is vooral een zoektocht naar jouw intrinsieke motivatie! Het kan zijn dat je niet direct op alle vragen een antwoord hebt. Het gaat erom dat je met jezelf in discussie gaat en je eigen drijfveren beter leert kennen.*

*Bovenstaande is een voorbeeld van een huiswerkopdracht bij het e-coachingsprogramma "12 stappen naar succes". Dit is een uniek programma waarmee je in een aantal stappen op zoek gaat naar jouw meerwaarde en intrinsieke motivatie. Uiteindelijk doel is om een concreet plan van aanpak te maken voor jouw toekomstige carrière en leven, waar jij zelf aan het stuur zit. Dit is een unieke vorm van loopbaanzelfsturing.*

*Interesse: kijk op mijn website <http://www.your-solutions.nl/jouw-ontdekkingstocht-naar-succes>*

*Vraag een gratis strategiesessie aan: <http://www.your-solutions.nl/diensten>*